

Heidi Smolander

”MIESKIN VOI TREENATA PARITANSSIA YKSIN”

Miesten kokemuksia paritanssin oppimisesta

”MIESKIN VOI TREENATA PARITANSSIA YKSIN”

Miesten kokemuksia paritanssin oppimisesta

Heidi Smolander
Opinnäytetyö
Kevät 2016
Tanssinopettajan koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Tanssinopettaja, Paritanssi

Tekijä: Heidi Smolander

Opinnäytetyön nimi: ”Mieskin voi treenata paritanssia yksin”

Työn ohjaaja: Anni Heikkinen, Petri Hoppu

Työn valmistumislukukausi- ja vuosi: kevät 2016

Sivumäärä: 36

Tutkielman aiheena on ”Mieskin voi treenata paritanssia yksin”. Tutkielman tarkoituksena on tutkia sitä, miten mies kokee paritanssin harjoittamisen yksin. Paritanssissa mies vie tanssia ja nainen seuraa, myös parin välinen tanssillinen vuoropuhelu on mahdollista. Mies kuuntelee musiikista rytmin, liikkuu siihen, vie kuviota, ottaa huomioon parin ja muut tanssijat. Siinä on monta asiaa, jotka tapahtuvat yhtä aikaa. Tämä voi tuottaa alussa haasteita.

Toteutin miehille soolona kaksi paritanssikurssia syksyllä 2015. Kurssit kestivät koko syyskauden, ja keräsin niistä tutkimusaineistoa 10 viikolta. Kursseille osallistui 15 miestä, joista 9 oli mukana tutkimuksen loppuun asti ja osallistui lopussa suoritettuun kokemukseen pohjautuvaan haastatteluun. Osallistujien ikäjakauma oli 56–72 vuotta. Osallistujilla oli taustalla aiempaa tanssikokemusta. Kursseilla opeteltiin erilaisia paritanssilajeja. Tunneilla edettiin perusteista haastavampiin aiheisiin erilaisin opetusmetodein.

Sooloparitanssikurssien aikana miesten tanssitaito kehittyi, musiikkiin tanssiminen parani sekä kokemus ja tietous musiikin tulkinnasta saivat vahvistusta. Tämän lisäksi kurssit antoivat varmuutta omaan tanssiin ja tekemiseen. Myös kehollisuus ja kehotietoisuus kasvoivat. Kurssilaisten palautteen perusteella paritanssin opettelemiseen kaivataan sellaisia kursseja jotka on suunnattu erikseen miehille ja naisille, joilla opetellaan paritanssin eri elementtejä yksin tanssien.

Asiasanat: Miehet, soolo paritanssi, kokemus, kehollisuus ja kehotietous, musiikki.

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Dance teacher, couple dancing orientation

Author: Heidi Smolander

Title of Bachelor's thesis: "Also men can practice couple dancing solo"

Supervisor: Anni Heikkinen, Petri Hoppu

Term and year of completion: Spring 2016

Number of pages: 36

The topic of this study is "Also a man can practice couple dancing solo". The purpose was to research how the men find practicing couple dancing solo. In the couple dancing the man leads and the woman follows, also the dance dialogue is possible between the couple. The man listens to the rhythm of the music, interpreters the music, leads the steps of the patterns, takes care of the dance partner and the fellow dancers. There are many things that take place at the same time. This can be challenging in the beginning.

I instructed two couple dance solo courses for men in autumn 2015. Courses lasted the whole autumn, the research covered total of 10 weeks. Total of 15 men participated in the courses, however, only 9 of them participated until the end of the research and also took part in the interview about their experience. The age distribution of the participants was between 56 to 72 years. Most of the participants had earlier dance experience. In the courses they learned different kinds of couple dances. The teaching started from the basics and continued to more challenging steps and movements using different teaching methods.

During the couple dancing solo course men's dancing skills improved, they danced better to the music and their experience and knowledge on how to interpret the music were reinforced. In addition, the course gave them confidence to their own dancing, and improved their knowledge on their physicality and body awareness. Based on the participants' feedback, there is a need for the couple dance solo courses for both men and woman, where one can learn the different elements of couple dance.

Keywords: Mens, solo couple dance, experience, body awareness the music

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	KOKEMUKSEN JA KEHOLLISUUDEN KÄSITTEET.....	8
2.1	Kokemus	8
2.2	Kehollisuus.....	10
2.3	Musiikki osana tanssikokemusta	12
3	TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TOTEUTUS.....	14
3.1	Koehenkilöt.....	14
3.2	Tutkimuksen kulku ja sisältö.....	15
3.3	Tutkimusmenetelmät	17
3.4	Erilaiset opettamistavat	19
3.5	Tulokset.....	21
4	TULOKSET	23
4.1	Miesten oppimisprosessin kehitys	23
4.2	Koehenkilöiden kokemuksia oppimisestaan	27
4.3	Koehenkilöiden kokemuksia kursseista ja sisällöstä	30
4.4	Päätelmät	31
5	POHDINTA	34
	LÄHTEET.....	36

1 JOHDANTO

Tanssi, varsinkin paritanssi, on kahden ihmisen yhteen tanssimista soivaan musiikkiin. Tanssin onnistumisen kannalta molempien on oltava aktiivisia omassa osassaan tanssin onnistumiseksi. Tanssi on parhaimmillaan vuoropuhelua parin kesken. Tanssin opettelun alkutaipaleella, varsinkin miehillä, on usein yhtä aikaa monta haastetta, joista selvitä tanssissa. Halusin tutkia, millaisena kokemuksena miehet kokevat tanssikurssin, joka on suunnattu vain miehille, jossa tanssitaan yksin ja kehitetään omaa osaamista eri tanssin osa-alueilla.

Paritanssi ja erityisesti lavatanssit ovat kuuluneet jo kauan osana elämäni, ja olen ahkera lavatansseissa kävijä. Lavatansseissa miesten vähemmistö on yleinen ilmiö: melkeinpa joka paikassa naisia on paikalla miehiä enemmän. Tanssikursseillakin on useimmiten se tilanne, että naisia on enemmän paikalla kuin miehiä. Siksi usein puhutaankin, että miehiä kaivattaisiin tanssikursseille ja lavoille. Myös nuoria tanssijoita kaivataan paritanssin ja lavatanssin pariin.

Syksyllä 2013 minulta kysyttiin yksityisopetusta lavatansseihin. Kysyjä halusi yllättää tanssivan vaimonsa ja opetella tanssimaan tanssin perusteita ja vasta sitten lähteä yhdessä tanssimaan vaimonsa kanssa. Lavoilla tanssiessa kuulin miehiltä kommentteja, että meni kauan uskaltaa mennä tanssikurssille tai tulla lavoille tanssimaan. Perusteluina heillä usein oli ujous ja epävarmuus omasta tanssista. Vähän myöhemmin keväällä kuulin, että jossain oli pidetty pieni prep-austunti miehille ennen varsinaista tuntia. Sain mahdollisuuden ideoida kurseja kansalaisopistoon, joista mielenkiintoisimpia lähdettiin toteuttamaan. Yksi kurseista oli suunnattu vain miehille. Kurssin teemana oli tutustua paritanssin eri elementteihin ja näin ollen antaa valmiuksia parin kanssa tanssimiseen. Kurssille osallistui muutama mies, joilla ei ollut aiempaa tanssitaustaa. Kurssille osallistuneet ottivat kurssin hyvin vastaan. Soolokurssille osallistujat osallistuivat tämän jälkeen parin kanssa paritanssikurssille. Soolokurssille osallistuneet edistyivät omassa tanssitaidon kehityksessään nopeammin kuin jos olisivat osallistuneet suoraan parin kanssa paritanssikurssille. Halusin jatkaa tätä työtä eteenpäin ja tehdä siitä opinnäytetyön.

Tutkielmaa varten perustetuille kahdelle kurssille osallistui molempiin muutamia miehiä. Osallistujien taitotaso oli perusteiden ja keskitason välistä. Ryhmässä vieraili myös muutama vain silloin tällöin paikalla ollut kurssilainen.

Tutkimuksen käytännön toteutus tapahtui miehille suunnatuilla tanssikursseilla. Kurseilla käytiin läpi muutamia eri tanssilajeja, samaa lajia oli pari kertaa peräkkäin. Lajit etenivät perusteiden kertaamisesta hieman haastavampiin teemoihin. Perusajatuksena oli ”jokaiselle jotakin”. Musiikin kuunteleminen ja siihen tanssiminen ja tulkinta kulkivat yhtenä teemana eri lajeissa. Kaudessa oli 15 kokoontumista, joista 10 kuvattiin. Kauden alussa ja lopussa oli pari kokoontumista, joita ei kuvattu. Toteutuksessa oli käytössä erilaisia opetusmetodeja: opetusmetodeja suurimmaksi osaksi opettajajohtoisesti. Harjoitteiden yhteinen läpikäynti vaihteli tarkasta ja syvällisestä tarkastelusta lyhempään ja nopeaan harjoitteluun. Tuntien aikana keskusteltiin aktiivisesti erilaisista näkökulmista harjoitteisiin ja niiden toteutustavoista. Kauden aikana kokeiltiin myös erilaisia tapoja lämmitellä ennen tuntia ja myös sitä, miltä tuntui aloittaa tunti ilman alkulämmittelyä.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat: Miten erilaiset opetusmenetelmät koetaan opetuksessa? Millaisia vaikutuksia paritanssin opiskelulla soolona on miesten tanssitaitoon ja kokemukseen tanssimisesta? Selvittääkseni koehenkilöiden kokemuksia kurseista tein kesken kauden kyselyn kurssilaisille. Kyselyn kysymykset olivat seuraavat: Mitä osallistujat olivat oppineet tähän mennessä? Onko kurssista ollut hyötyä? Mitkä ovat kurssin kohokohtia? Oliko turhia aiheita? Kurssien lopuksi pidin videohaastatteluja. Tutkimukseen osallistuneet koehenkilöt olivat 56-72 vuotiaita miehiä.

Työni koostuu teoria- ja käytännön-osuudesta. Teoriaosuudessa käydään läpi käsitteitä kokemuksesta ja kehollisuudesta ja tutustutaan tutkimuksen taustoihin ja toteutukseen. Käytännön osuudessa on suunniteltu, pidetty ja kuvattu tanssitunteja. Osallistujien kokemuksia on kerätty opettajan havaintojen ja videoiden pohjalta sekä osallistujien kokemusten perusteella. Osallistujien kokemuksia on koottu kyselyllä ja haastattelulla, sekä kurssien aikana esille tulleissa keskusteluissa ja kommentteissa. Tuloksissa tarkastellaan oppimista ja kokemuksia opettajan havaintojen perusteella sekä osallistujien kokemusten perusteella ja näistä yhdistetään päätelmä.

2 KOKEMUKSEN JA KEHOLLISUUDEN KÄSITTEET

Kokemuksesta käsittelen käsitteitä yksilönä sekä parityöskentelynä. Tämän jälkeen käsittelen kehollisuutta. Kehollisuuden käsitteistä tarkastelen kehollisuus, kehollinen tieto, kehollinen oppiminen sekä tanssi kehollisena oppimisena. Lopuksi tarkastelen musiikkia osana tanssikokemusta. Tässä tutkimuksessa tarkastelen käsitteitä miehen näkökulmasta ja tämä ei poissulje naisten näkökulmia kokemuksiin ja osana tanssin onnistumista.

2.1 Kokemus

Yksilönä

Tanssi on moniosainen kokonaisuus varsinkin miehille. Tanssissa on liikuttava musiikin rytmiin, osattava kuvioita sekä tanssia parin kanssa. Kaikkia edellä mainittuja vaiheita on yhtä aikaa ja tämä voi olla alussa haastava yhdistelmä vaatien rohkeutta ja itsevarmuutta.

Aiheen kannalta on hyvä tarkastella, miten mieli vaikuttaa kokemuksiin. Noora Rinne kirjoittaa pro gradu-tutkielmassaan, että ihminen on psyko-fyysis-sosiaalinen kokonaisuus. Kaikilla näillä alueilla tapahtuvat muutokset vaikuttavat toisiinsa. (2010, 8.) Koemme erilaiset vaiheet eri tavalla. Kokemus on aina yksilöllinen ja uniikki tapahtuma. Toinen ei voi täysin tietää, miten joku toinen kokee jonkin asian. Voi vain päätellä omien kokemustensa perusteella. Uudessa tilanteessa kokemus on aina ainutlaatuinen. Sama tilanne uudestaan koettuna on erilainen ja lähtökohta tilanteeseen on eri, joten tällöin on jo kokemusta tilanteesta. Kokemukseen vaikuttavat lähtötilanteet ja se, mitä ajattelen tulevasta, miten koen uuden tilanteen, sekä se, onko tilanteeseen ennakkoletuksia. Eri elämäntilanteissa tapahtuvat muutokset voivat vaikuttaa harrastuksien esimerkiksi tanssin toimivuuteen. Liisa Kontturi-Paasikko kirjoittaaakin ”Parin kanssa paremmin” –kirjassaan: ”Jotta tanssimisesta toisen ihmisen kanssa voi syntyä miellyttävä kokemus, on uskallettava heittäytyä tilanteeseen aidosti.” Tämä neuvo koskee molempia parin osapuolia. (2012, 47.) Musiikin mukaan tai parin vientiin heittäytyminen ei välttämättä olekaan helppoa. Mikäli ihmisellä on lukkoja oman minän suhteen, heittäytyminen on vaikeaa (Kontturi-Paasikko 2012, 47). Heittäytymistä voi kuitenkin harjoitella erilaisilla harjoitteilla. Itsetuntemukseen, rohkeuteen ja luovuuteen liittyvät harjoitteet auttavat kehittämään heittäytymistä. Aihe on herkkä, joten opettajalla on oltava tilanne-

tajua ja herkkyyttä aistia se, miten, milloin ja kenen kanssa tämän tyyppisiä harjoitteita voidaan toteuttaa tunneilla.

Keho on myös muuttuva kokonaisuus. Iän myötä kehon toiminta muuttuu, mutta se voi muuttua myös muidenkin syiden, kuten loukkaantumisen takia. Tämä voi vaikuttaa liikkumiseen sekä siihen, miten suhtaudutaan omaan liikkumiseen. Tanssi on laaja käsite. On olemassa paljon tanssilajeja, joissa tanssitaan yksin, sekä laaja parin kanssa tanssittavien lajien kirjo. Kokemukset ovat aina yksilöllisiä. Tanssiessa huomio kiinnittyy siihen, mitä teemme, joten huomiomme voi painotua kokemuksena muuhun kuin keholliseen kokemukseen tai liikkeen tuottamaan merkitykseen. (Anttila 2013, 52.)

Parityöskentely

Halusin tarkastella aiheen kannalta myös parityöskentelyä ja kokemuksia siitä. Paritanssissa on normaalia tehdä, parityöskentelyharjoitteet niin, että parina on mies ja nainen. Tutkimuksen tanssikurssi oli suunnattu vain miehille. Koehenkilöryhmää havainnoidessa tulin siihen tulokseen, että voin jossain vaiheessa kokeilla parityöskentelyharjoitteita. Parityöskentelyharjoitteiden avulla on tarkoitus avata vientiin ja seuraamiseen liittyvää kokemusta erilaisesta näkökulmasta katsottuna. Ajatuksena on toisaalta se, miltä tuntuu seurata, kun toinen tekee tietyllä tavalla, toisaalta tunnustelen viejänä miltä tekemäni liike tuntuu. Vientiin ja seuraamiseen liittyvien harjoitteiden tarkoitus on haastaa koehenkilöt käyttämään omaa mielikuvitustaan liikkeiden kokeilemisessa. Harjoitteita ei ole sidottu mihinkään tiettyyn lajiin. Taustalla oleva musiikki voi antaa innoitetta liikkeestä ja harjoitteet, joissa askelilla ei ole merkitystä tai niitä ei välttämättä voi edes ottaa, antavat mahdollisuuden kehon käyttöön.

Tanssi on parhaimmillaan sitä, että kaksi ihmistä tanssii niin kuin he olisivat vain yksi tanssiva kokonaisuus ja heillä on yhteinen keskusta. Tällöin molemmat peilaavat omalla kehollaan toisen liikettä. Tanssijan on osattava tuntea myös oma keho ja se, miten se liikkuu. Tutkimuksessa kokemukseen liittyen käytettyjä parityöskentelyharjoitteita olivat selän tuntemisharjoite, peiliharjoite ja kuljetusharjoite.

Kokemuksena parityöskentelyharjoitteet antoivat tuntumaa siitä, miltä viety liike tuntui seurata. Harjoitteissa toinen oli ensin viejä ja toinen seurasi toisen liikettä. Kokemuksen ja paremman tuntemuksen avautumiseksi vaihdettiin välillä rooleja.

2.2 Kehollisuus

Oppimista voi tapahtua myös kehollisesti ja aina oppiminen ei ole vain ulkoa asioiden opettelemista. Kehollisessa oppimisessa oppiminen tapahtuu koko kehossa, koko ihmisessä ja ihmisten välisessä sosiaalisessa ja fyysisessä todellisuudessa. Kehollinen toiminta on oleellinen osa oppimiskokemusta. (Anttila 2013, 31.)

Kehollisuus

Taitojen oppiminen ajatellaan olevan sisällöltään valmis taito, joka opitaan mallien mukaan jäljittelemällä. Anttila pohtii, että kehollinen käänne mullistaa käsityksiä tiedosta, tietoisuudesta, tietämisestä ja oppimisesta. Lähtökohtana onkin, että tieto syntyy ihmisessä ja ihmisten välillä. Ihmisessä syntyy erilaisia prosesseja, joita ovat aistimukset, tuntemukset, havainnot ja tunteet, kun hän toimii aktiivisesti sosiaalisessa ja fyysisessä maailmassa. Kun ihminen aistii, tämä tapahtuu koko kehossa ja hermojärjestelmä on osallinen tiedon syntymisessä. (2013, 32.) Ensin aistimme synnyttää ihmisessä havainnon tai kokemuksen eli tunnistettavan muutoksen kehollisessa tilassa. Kehollisen aistimisen kokemus on tunnistettavaa tietoa, jonka ihminen voi muuntaa tunnistettavaan muotoon, kuten kuvaksi, keholliseksi ilmaukseksi tai sanoiksi. Alkuperäinen kokemus saa uuden ilmeensä ja samalla se saa merkityksen. Me emme kuitenkaan huomioi kaikkia kehollisia kokemuksia. Vaikka kokemus ei ole tietoinen, se vaikuttaa tietoisesta kokemusmaailman taustalla. Ihminen ei välttämättä ole tietoinen kehollisesta tietoisuudesta, jos mitään poikkeavaa ei tapahdu. Silloin, kun arkinen elämä häiriintyy, tietoisuus lisääntyy. (Anttila 2013, 32–33.)

Kehollinen tieto

Kehollisuuden lisääntyessä tietoisuus lisääntyy. Koska kehollinen tieto on henkilökohtaista ja kokemuksellista, ihmisen kokemus on yksilöllinen. Tieto syntyy ihmisessä aistimusten, tuntemusten, havaintojen, elämysten ja tunteiden muodossa sekä niiden pohjalta (Anttila 2013, 33). Ensin on siis tunnistettava kehollisuutta, jotta voidaan olla tietoisempia kehollisesta tiedosta.

Kehollinen oppiminen

Keho on yksi oppimisen väline. Kehollinen oppiminen perustuu kehossa syntyviin havaintoihin, joita tehdään koko ajan, kokemuksiin joita koemme, kun liikumme tai tanssimme ja liikkeen ja toiminnan tuottamiin aistimuksiin, joilla määritämme liikkuessa, tuntuuko liike oikealta. Toiminnassa kohtamme oman kehollisuuden kautta fyysisen ja sosiaalisen todellisuuden (Anttila 2013, 42) sen, miten tietyn liikkeen toiminta vaikuttaa fyysisesti, tunteeke tästä liikkeestä hyvää oloa vai

kipua. Samalla kun liikutaan, ajatellaan. Voidaan aistia ja havainnoida sekä samalla osataan nimetä havaintoja ja antaa niille merkityksiä (Anttila 2013, 42). Tanssiessa osataan havainnoida ja tarkastella omaa tanssia, esim. ojentaako nilkan. Silloin, kun yhteys eri tietoisuuden tasojen välillä vahvistuu, toimitaan kokonaisuutena. ”Ajatuksen ja kokemuksen vastavuoroinen virta tuottaa uutta, yllättävääkin toimintaa, kieltä ja ajattelua” (Anttila 2013, 42). Keho on moniulotteinen, mikä mahdollistaa useamman toiminnan samanaikaisen tuottamisen. Silloin, kun oppimistapahtuman osana on luovuutta ja kuvittelua, se on kehollisen oppimisen ansiota. Luovuuteen liittyvät harjoitteet esimerkiksi tanssissa ovat kehollista oppimista. Opittavaa sisältöä ei voida aina ennakoida, vaan mielikuvitus ja luova heittäytyminen harjoitteeseen kuljettavat oppimistapahtumaa eteenpäin (Anttila 2013, 53).

Tanssi kehollisena oppimisena

Kehollisen oppimisen yhteydessä tapahtuva kehollinen toiminta ei välttämättä tarkoita näkyvää aktiivista liikettä. Liike voi olla ajatuksen tasolla tapahtuvaa liikettä, joka saa kehon toimimaan. Keho aktivoituu oppimisen kanavaksi myös silloin, kun suunnataan huomio keholliseen tilaan, tuntemuksiin tai aistimuksiin. Tämä voi tapahtua myös paikoillaan, vaikka liikkuminen vahvistaa kehollisen tietoisuuden kokemusta. (Anttila 2013, 51.) Ensin tehdään liike tai tanssisarja liikuen, seuraavaksi tehdään sama mielikuvaharjoitteluna. Molemmissa vaiheissa tapahtuu kehollista oppimista.

Tanssi on monipuolinen kehollisen oppimisen muoto (Anttila 2013, 50). Tanssiessa keho vastaanottaa ja tuottaa erilaisia kehollisia havaintoja, jotka auttavat oppimisessa. Tanssi usein myös tuottaa erilaisia kehollisia kokemuksia, tuntemuksia, aistimuksia, tunteita ja mahdollisesti merkityksiä ja mielikuvia. Näin ollen kun tanssiin liittyy omakohtaisuutta, oman liikkeen tuottamista tai tulkintaa, tanssijalle avautuu kehollisen tiedon ja uusien merkitysten maailma. Tanssi on moniaistista ja kokonaisvaltaista toimintaa, jossa samaan aikaan kiinnitetään huomiota useampaan eri toimintoon. Tanssi edellyttää sitä, että tanssija ottaa huomioon tanssitilan, liikkumissuunnat, toiset tanssijat tilassa. Havainnointia tapahtuu kehollisesti koko ajan. Anttila kirjoittaa, että tanssiin liittyy rytmin ja musiikin kuuntelua, siihen eläytymistä ja musiikin tulkintaa sekä tilallista sekä visuaalista hahmottamista (2013, 50). Tämä on tanssia parhaimmillaan.

2.3 Musiikki osana tanssikokemusta

Tanssissa musiikki on tärkeässä osassa. Musiikkia on olemassa paljon, joten kaikki musiikki ei ole tarkoitettu tanssittavaksi. Tanssitapahtumissa, joissa soittaa orkesteri, orkesteri päättää soitettavan musiikin. Siltanen kirjoittaaakin, että tanssittavuus ja täysin toimiva musiikki eivät aina ole sopusoinnussa, vaan orkesteri joutuu valitsemaan jommankumman (2008, 67). Tanssikurssilla opettaja valitsee tunnilla soitettavan musiikin ja hän valitsee sen tunnin tavoitteiden mukaan.

Musiikissa on eri kerroksia, ja jokainen kuulee musiikin eri tavalla. Musiikin kuunteleminen ja musiikin rytmiin liikkuminen samaan aikaan ovat kaksi eri asiaa. Toisilta se luonnistuu luonnostaan eikä tuota haasteita, toisen on opetettava kuulemaan ja liikkumaan kuulemaansa rytmiin. Musiikeissa on myös eroja joista osa on selkeitä ja helposti kuultavia. Tanssia opetellessa musiikki on myös isossa roolissa. Se millainen musiikki soi opetustunnilla, vaikuttaa oppimiskokemukseen. Selkeästä musiikista on helppo löytää perusrytmi tanssiin.

Musiikkia on monen tempoista ja musiikin nopeuksien kirjo on hitaasta nopeaan tempoon. Musiikin tempo ja tanssijalle sopiva tempo tanssia voivat olla välillä yhteensopimattomia. Tanssijalle sopiva tanssitempo riippuu siitä, millä taitotasolla tanssija on menossa tanssin kehityksessään. Tanssitempot eivät välttämättä ole yksiselitteisiä. Ne ovat näin ollen suhteellinen käsite ja ainoastaan suuntaa antavia (Siltanen 2008, 67).

Siltasen haastattelemat osallistujat kertovat musiikista ja sovituksista, että tanssittava musiikki on vaihtelevaa, mielenkiintoista ja inspiroivaa. Näin ollen musiikki antaa parhaimmillaan tanssijalle tanssiin inspirointia ja vaihtelevuutta. (2008, 69.) Vaihteleva musiikki myös haastaa tanssijan heittäytymään tanssillaan musiikin tunnelmaan. Siksi musiikkia on osattava kuunnella, jotta voisi kuulla musiikin eri elementtejä. Musiikkia voidaan perusrytmin lisäksi tulkita monin eri tavoin.

Musiikista voidaan tulkita musiikin rakenteita: erilaisia osia sekä musiikin taukoja, melodiaa sekä erilaisia pieniä yksityiskohtia, joita musiikista voi löytyä. Musiikin tulisi pitää sisällään sellaisia elementtejä, joita tanssija voi tulkita: eri instrumentteja, sooloja, musiikillisesti toteutettuja kysymysvastaus-elementtejä, rytmin muunnelmia ja painotuksia tai vaikka breikkejä eli pysähdyksiä (Siltanen, 69). Tanssija voi omalla tanssillaan tulkita musiikillisia tapahtumia ikään kuin asettuisi musiikkiin yhdeksi instrumentiksi. ”Kokeile heittäytymistä ja anna musiikin viedä”, on ohjeistus,

jota opetetaan yhdeksi keinoksi musiikkiin tanssimiseksi. (Siltanen 2008, 69). Tanssi on parhaimmillaan juuri parin molempien osapuolten heittäytymistä tanssin ja musiikin pyörteisiin.

Tanssiin kuuluu olennaisena osana myös se tunnelma, joka tanssijalla on tai joka syntyy siinä hetkessä. Tunnelmaan vaikuttaa myös ympäristö, jossa tanssitaan, sekä soiva musiikki - Inspiroiko soiva musiikki tanssijaa tanssimaan soitettuun musiikkiin. Vaikuttavana tekijänä on se, kuulostaako musiikki siltä, miltä tanssilajin musiikin pitääkin kuulostaa. Kuulostavatko latinalais-tanssit oikeilta latinalaistansseilta tai valssi valssilta. Musiikin yksitoikkoisuus ja tasapaksuus vie myös tanssijalta mahdollisuudet tulkita ja tanssia. (Siltanen 2008, 70.)

3 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TOTEUTUS

Tässä luvussa kerron tutkimukseen osallistuneista koehenkilöistä sekä heidän tanssitaustoistaan. Käyn läpi myös tutkimuksen kulkua, sitä miten tutkimus eteni ja miten siihen päädyin. Tutkimukseen olennaisena osana kuuluvat myös tanssikurssit, jonka pohjalta tutkimus tehtiin. Tutkimusmenetelmissä tarkastelen havainnointia, kyselyä, haastattelua sekä aineiston keruuta. Tanssikursseilla käytettiin tutkimuksen tukena erilaisia opettamistapoja, joita avaan hieman tarkemmin. Lopuksi kerron tutkimuksen tutkimusaineiston tuloksista.

3.1 Koehenkilöt

Tutkimuksessa oli mukana 9 miestä, jotka syksyn aikana osallistuivat miehille suunnatuille tanssikursseille. Kurseja järjestettiin kaksi. Osallistujia oli yhteensä 15 henkeä. Kurseille osallistuneet henkilöt valikoituivat kurssi-ilmoittautumisen mukaan. Kurseille ei järjestetty tutkimukseen liittyvää valintatilannetta. Tutkimukseen osallistuneet koostuvat sellaisista miehistä, jotka halusivat kehittää ja syventää omaa osaamistaan tanssin eri osa-alueilla. Kurseista kertovissa ilmoituksissa ei määritelty tanssin taitotasoa. Kurssit toteutuivat tanssiseurassa, jossa kurssilaisilla oli mahdollisuus kausimaksun suoritettuaan käydä valitsemillaan kursseilla, joten he eivät sitoutuneet vain tietylle kurssille.

Ensimmäisen kurssin ilmoituksessa tarkennettiin kurssin lähtevän liikkeelle alkeista eli aiempaa paritanssitaustaa ei tarvittu. Kurssitunnin jälkeen oli paritanssin alkeet -kurssi. Tunnit suunniteltiin niin, että tutkimuskurssitunnin jälkeen osallistujilla oli mahdollisuus jatkaa parin kanssa paritanssin alkeet -tunnille. Toisen kurssin kurssikuvauksessa kerrottiin, että kurssi oli tarkoitettu miehille, jotka halusivat hioa omaa tanssitaitoaan, olivat käyneet tunneilla ja halusivat syventää omaa osaamistaan.

Koehenkilöiltä kysyttiin suostumus kurssien kuvaamiseen ja osallistumiseen tutkimukseen. Osallistujien ikäjakauma oli 56–72 vuotta. Tutkimukseen osallistuneiden aiempi tanssitausta vaihteli. Osa oli tanssinut jo useampia vuosia lavoilla ja käynyt kurseillakin monia vuosia. Mukana oli myös sellaisia, jotka olivat vasta aloittaneet tanssikursseilla käymisen eivätkä olleet vielä tutustuneet tanssikulttuuriin kurssien ulkopuolella. Tanssitaitotaso vaihteli alkeistasosta jatkotasoon.

3.2 Tutkimuksen kulku ja sisältö

Ajatus tutkimuksen aiheesta olin lähtenyt muotoutumaan 2014. Kerron tutkimuksen kulussa, miten tutkimus eteni, mitä vaiheita tutkimuksessa oli ja mikä tarkoitus sillä oli. Käyn läpi myös kursien sisältöä.

Tutkimuksen kulku

Pidin miehille kurssin soolona tanssimisesta, minkä jälkeen oli paritanssikurssi. Kurssille osallistuneet kokivat kurssin hyödylliseksi. Ajatus kehittyi ja toteutus tutkimusta varten ideoitiin keväällä 2015. Käytännön toteutus oli syksyllä 2015. Alun perin oli puhetta, että toteutan yhden kurssin miehille, mutta kauden alussa selvisi, että sain vetää kaksi kurssia. Ennen kursseja oli kausisuunnitelman suunnittelu. Kurssien toteutuksessa kausisuunnitelmat ja toiminta kursseilla selkiytyivät ja muokkautuivat kauden alettua kurssilaisten mukaan. Olin ajatellut tehdä tutkimuksen yhdestä kurssista, mutta kurssin osallistujamäärät saivat ajatukseni muuttumaan. Kauden alussa en tiennyt, jatkavatko kaikki koehenkilöt kauden loppuun asti, joten päädyin kuvaamaan molemmat ryhmät. Kurssien tanssitunneista oli kuvattu 10 kertaa. Kauden keskivaiheilla tehtiin kysely, siitä mitä tässä vaiheessa kurssia oli opittu ja mitä oli koettu. Kurssin loppuvaiheessa tehtiin haastattelu, jossa kysyttiin laajemmin kurssilla opituista ja koetuista asioista. Haastattelut kuvattiin videolle. Tutkimusaineiston analysointi ja tulosten kirjoittaminen tapahtui matkan varrella ja lopussa. Tutkimuskysymys tarkentui tutkimuksen aikana ja se vaikutti tutkimusaineiston analysoimiseen.

Tutkimuksen toteutukseen kuuluvat käytännössä toteutuneet kurssit, jotka suunnattiin tutkimuksen kohderyhmälle. Tanssinopettaminen on usein soveltavaa opettamista. Pienemmässä tiivisryhmässä yhteisen opettamisen lisäksi tapahtuu yksilöllistä toteuttamista. Tällöin pystytään syventämään opetus eri tasolle. Opetuksen yksilöllisessä toteuttamisessa kiinnitetään huomiota jokaisen osallistujan yksilöllisiin kykyihin ja tarpeisiin. Opetuksen tavoitteita, sisältöjä, opetusmenetelmiä ja toimintaympäristöä muokataan niin, että ne palvelevat oppijan edistymistä. (Heikinaho-Noronson & Huovinen 2007, 196.) Tanssinopetuksen suunnittelussa ensimmäisten tuntien jälkeen pystyin huomioimaan tämän yksilöllisen toteutuksen mahdollisuuden. Tanssinopettamisen yksilöllisen toteuttamisen lisäksi opetusta tukee rakenteeltaan selkeä tanssinopetus. Rakenteeltaan selkeä tanssin opetus auttaa oppijoita jäsentämään omaa oppimistaan. (Heikinaho-Noronson & Huovinen 2007, 196.) Selkeä tuntisuunnitelma, joka vie opetustuntia johdonmukaisesti eteenpäin, on opettajalle helpompi toteuttaa ja oppijoiden oppia.

Kurssien tarkoituksena oli kehittää kurssille osallistujien omaa tanssitaitoa ja antaa kokemuksia. Kurssit lähtivät liikkeelle perusteista joten kurssin eteneminen ja tanssitekniikan määrä vaihtelivat kurssin tason mukaan. Kurssien aikana syvennettiin osaamista perusteiden lisäksi harjoittelemaan kuulemaan musiikista eri elementtejä kuten musiikin jaksotuksia (fraasit), pysähdyksiä (breikkejä) ja tyylin vaihteluita. Lisäksi opeteltiin liikkumaan edellä mainittuja elementtejä hakien ohjeistettusti. Harjoitteluun osallistui eritasoisia tanssijoita. Tuntien rakenne oli suunniteltu niin, että kaikkien kanssa kerrattiin perusasiat aiheena olevasta lajista. Hieman pidemmällä olevat saivat tunnin aikana haastavampia harjoitteita. Kaikki saivat mahdollisuuden kokeilla kaikkia tunnilla käytyjä harjoitteita. On tärkeää, että opettaja valitsee opetettavan materiaalin koko ryhmää ajatellen. Tekniikan ja kuvioiden tulisi olla oppilaan kehitystasoa ja kykyä vastaava: sopivasti haastava mutta kuitenkin onnistumisen mahdollisuus olisi olemassa. Opettajan on hyvä suunnitella koko ryhmälle suunnattuja opetuskokonaisuuksia, joista voi muokata tarvittaessa osia eriyttävänä opetuksena oppilaan tarpeisiin. (Heikinaho-Noronson & Huovinen 2007, 200–201.)

Kauden aikana käytiin läpi muutama tanssilaji ja yhtä lajia oli pari kertaa peräkkäin. Tanssilajeina oli suljetun otteen tansseja kuten valssi, foksi, humppa/kuviohumppa, tango ja jenkka. Kädenalitanseista käytiin jonkin verran läpi fuskua. Edellä olevat lajit käytiin läpi molemmissa ryhmissä ja sen lisäksi toisessa ryhmässä oli jive ja cha cha. Ensimmäinen ryhmä noudatti tanssilajimääritelmässä lavatanssin alkeet -ryhmän aikataulua, joka oli tämän tunnin jälkeen. Toisessa ryhmässä menttiin eri suunnitelman mukaan. Siinä oli enemmän mahdollisuuksia mennä lajitoiveiden mukaan, kuitenkin niin, että tietyt tavoitteet olivat saavutettavissa.

Sisältö

Kurssin sisällön lähtökohtana oli osallistujien tanssitaiteellinen kehittyminen omalla tanssitaitotallallaan. Tarkoitukseni oli vahvistaa jo olemassa olevaa tanssitaitoa ja osaamista, sekä antaa oppijoille myös kenties uusia oppimisen elämyksiä. Tavoitteena oli myös antaa erilaisia kokemuksia sekä mahdollisesti oivalluksia omaan tanssiin. Tavoitteiltaan ja sisällöiltään kurssi oli vahvasti osallistujien jo olemassa olevan paritanssi tanssimateriaalin vahvistamista, soolona tanssimisen avulla. Halusin alussa keskittyä perusteiden vahvistamiseen perustanssitekniikassa ja peruskuvioissa. Tavoitteenani oli myös antaa haastetta hieman enemmän tanssineille.

Tunnit alkoivat pääsääntöisesti alkulämmittelyllä, jotta keho saataisiin paremmin orientoitumaan tulevaan tuntiin. Alkulämmittelyliikkeet olivat kehoa avaavia rullauksia, kurkotteluja, isolaatioita tai

tanssiasennon hakemista vartalon kannatteluharjoitteella. Tuntiin sisältyi myös perustanssitekniikan läpikäymistä siihen lajiin liittyen, joka oli tunnin aihe. Uuden lajin alkaessa käytiin läpi lajinomaiset peruskuviot. Samaa tanssilajia oli 2 tai 3 kertaa peräkkäin riippuen tunnista. Toisella tunnilla kerrattiin edellisen kerran opit ja mukaan lisättiin joko haastavampia kuvioita tai varioitiin peruskuvioita. Suunnitelmaan kuului osana musiikin kuuntelu ja sen harjoittelu. Sisältöön sisältyi parityöskentelyyn liittyvä tunti.

3.3 Tutkimusmenetelmät

Tämä tutkimus on moniosainen kokonaisuus, johon kuuluu erilaisia vaiheita. Tutkimuksessa käytettiin erilaisia menetelmiä. Menetelmät vaihtelivat käyttötarkoituksen mukaan. Käytetyt menetelmät olivat havainnointi, kysely, haastattelu ja aineiston keruu. Havainnointimenetelmät tapahtuivat käytännön toteutuksessa tuntitilanteissa. Kyselyssä kartoitettiin oppimista opetuskauden alkuvaiheesta, mitä siihen mennessä oli opittu ja koettu. Haastattelussa oppimista ja kokemuksia käytiin läpi koko kauden ajalta. Tutkimuksessani käytin havaintoihin perustuvan menetelmän tueksi niin sanotusti surveytutkimusta. Surveytutkimusmenetelmä on kenties leimallisin tiedonkeräysmenetelmä jossa kysely ja haastattelu kuuluvat tähän menetelmään. Tässä tutkimuksessa surveytutkimusta käytettiin selvittämään osallistujien mielipiteitä omasta oppimisesta, kokemuksista sekä hyödyllisyydestä. Aineiston keruumenetelminä käytettiin erilaisia opetuksellisia menetelmiä sekä erilaisiin kokemuksiin perustuvia menetelmiä. Erilaisilla menetelmillä oli tarkoitus mahdollistaa monipuolinen oppimiskokemus. Tavoitteena oli auttaa erilaisia oppijoita oppimaan erilaisten menetelmien avulla.

Havainnointi

Jokainen ihminen tekee havaintoja kaikesta, mitä hänen ympärillään tapahtuu normaalissa arkielämässä. Havainnointi oli tutkimuksessa tärkeässä roolissa aineistonhankintamenetelmänä. Tutkimuksen havainnointi arkihavainnointiin verrattuna on suunnitelmallisempaa ja tietoisempaa (Uusitalo 1997, 89). Tanssitapahtumassa moni näkee tanssia ja jopa katsoo sitä mutta harva tarkkailee tanssia voidakseen kertoa siitä tarkempia yksityiskohtia. Havainnointi tutkimusmenetelmänä on siitä hyvä menetelmä, että se tapahtuu tyypillisesti tutkimuskohteen toiminnan hetkellä. Tutkimuksessani havainnointia tapahtui kohderyhmän kurssin tunnin aikana osallistujien tanssissa. Havainnointi on joustava tutkimusmenetelmä (Uusitalo 1997, 89). Havainnoinnin joustavuuden ansiosta pystyin tutkimuksessani muuttamaan tilanteen vaatimaa toimintasuunnitelmaa

nopeasti. Tutkimuksessa havainnointiin osallistujien tanssin kehittymistä sekä toteutettujen harjoitteiden toimivuutta.

Kysely ja haastattelu

Kyselymenetelmässä osallistajat täyttävät itse kyselylomakkeen. Kyselyä voi toteuttaa postitse, sähköpostilla, sosiaalisessa mediassa tai osallistajat saavat kyselylomakkeen tutkimustilanteessa. Tässä tutkimuksessa osallistujille jaettiin kesken kurssikauden kyselylomake, jonka he saivat täyttää kotona ja palauttaa täyttämisen jälkeen. Kyselylomakkeessa osallistujilta kysyttiin seuraavia asioita:

- Mikä sai kiinnostumaan kurssista?
- Mitä olen tähän mennessä oppinut?
- Onko oma tekeminen/muuttunut?
- Millä tavalla? Parhaat oivallukset?
- Tätä en sisäistänyt?
- Tuntui turhalta?

Halusin määrittää lyhyesti ja karkeasti mitä kyselyn toteutuksen ajankohtaan mennessä, oli opittu ja koettu.

Haastattelututkimus on tutkimus, jossa tutkija esittää suullisesti kysymykset ja merkitsee muistiin osallistujien vastaukset (Uusitalo 1997, 91). Haastatteluja voidaan toteuttaa yksittäisen henkilön haastattelun tai ryhmähaastatteluna, johon osallistuu useampi osallistuja yhtä aikaa. Puhelinhaastattelu on myös yksi haastattelun toteutusmuoto. Tässä tutkimuksessa käytettiin ryhmähaastattelua, joka on tallennettu videotallenteelle. Haastattelu oli kysymyksiltään laajempi kyselyyn verrattuna ja kysymykset kohdistuivat kurssien kokonaisuuteen. Kysyin seuraavat kysymykset:

- Miten olette kokeneet tämän kurssin?
- Miltä on tuntunut treenata yksin?
- Onko se helppoa? Vaikeaa?
- Mitä olet oppinut?
- Olivatko opeteltavat asiat helppoja, sopivia vai vaikeita?
- Miten koitte parin kanssa tehdyt harjoitteet, ventiini ja seuraamisen liittyen tällaisella vain miehille kurssilla?
- Onko mielestäsi iällä merkitystä oppimisessa, opitko nopeasti vai hitaasti?

Mukana oli myös kysymyksiä, jotka karsiutuivat pois tutkimuskysymyksen tarkentuessa. Kysymysten herättämä keskustelu toi esille aiheita, jotka kaikki eivät liittyneet tähän tutkimukseen. Esille nousi myös tutkimukseen liittyviä aiheita, joita ei pääkysymyksissä ollut esitetty. Haastatteluja tehdessä osa osallistujista osallistui keskusteluun aktiivisesti. Kaikki osallistujat eivät vastanneet kaikkiin kysymyksiin.

Aineiston keruu

Aineiston keruussa käytettiin useampia eri menetelmiä. Menetelmät olivat: havainnointi, kysely ja haastattelu. Näiden lisäksi aineiston keruu tapahtui käytännön harjoitteluna tanssikursseilla, jossa kurssilaiset tanssivat erilaisia lajeja. Käytössä oli erilaiset opetusmenetelmät, joista kerättiin kokemuksia. Käytännön kokemusten tueksi oli kirjallista tietoa kokemuksista, kehollisuudesta ja kehotietoisuudesta. Tunnit tallennettiin tutkimusaineistoksi videotallenteille. Käytännön aineistonkeruussa tuntien suunnittelussa ja toteutuksessa käytettiin erilaisia opettamistapoja. Erilaiset opettamistavat käyn läpi omassa luvussaan 3.4.

Anttila kirjoittaa, että erilaiset opetusmenetelmät kehittävät ihmistä ja hänen tietoisuuttaan monin eri tavoin. Tietoisuuden sisällöt voivat rakentua monin tavoin, monenlaiseksi. Tärkeää on se, että opetuksessa kuvaa rakentavat merkityssuhteet eivät jäisi vain älyllis-tiedollisiksi. (2013, 53–54.) Kehollisuus ja kehotietous nousivatkin tutkimuksen aikana esille osallistujien mielipiteissä ja kokemuksissa ja heidän oppimisensa oli myös muuta kuin vain tiedollista.

3.4 Erilaiset opettamistavat

Tutkimuksessa käytettiin erilaisia opettamistapoja. Opettaminen on vuorovaikutusta opettajan ja oppijan välillä. Opetuksessa joka on vuorovaikutteista, oppilaan lisäksi oppii myös opettaja. Opettaminen ei siis ole vain opettajan toimintaa, vaan se sisältää myös pyrkimyksen saavuttaa opetukselle asetettuja oppimistavoitteita. Opettaja pystyy tilanteen mukaan muuttamaan käyttämäänsä opetusmenetelmää joustavasti (Jaakkola ym. 2000, 315.) Tutkimuksen edetessä vuorovaikutus oppilaiden kanssa toi oppimista oppijoille ja opettajalle sekä oppijat oppivat myös toisiltaan.

Opetuksessa käytettiin suurimmaksi osaksi opetustapaa, jossa opettaja näytti ensin ja oppilaat tekivät perässä. Opetettava asia käytiin läpi opettajajohtoisesti tarkasti ja monta kertaa tai opetettavasta aiheesta riippuen lyhyesti ja nopeasti. Tarvittaessa tarkennettiin tilanteen mukaan. Tällaisessa opetustyyliässä opettaja määrittelee myös opetustahdin ja ohjeistaa toimintojen etenemistä.

Oppijan osa on suorittaa annettua tehtävää opettajan antamien mallien ja aikataulujen mukaan (Jaakkola ym. 2000, 317.)

Koska ryhmän tanssitasossa oli eri taitoasteella olevia tanssijoita, opetuksessa käytettiin eriyttävää opetusta taitotason mukaan. Eriyttävää opetusta käytettiin tutkimuksessa kahdella eri tavalla. Opettaja havainnoi ja alkukartoituksen jälkeen eriytti eri tehtäviä eri vaatimustasoille joko niin, että oppilas sai valita tason, tai opettaja päätti, millä vaatimustasolla oppija tehtävää toteutti. Menetelmää kuvaa (2000, 318). Tällainen opetustyyli antaa oppijalle vastuuta valita itselleen sopiva tehtävä ja toteuttaa sitä omaan tahtiin.

Tutkimuksessa käytettiin myös kokemukseen perustuvaa opettamista, jossa annettiin ohjeet ja oppilaat työskentelivät parityönä annettujen ohjeiden perusteella. Lopuksi keskusteltiin annetusta tehtävästä ja sen kokemuksista. Tässä opetusmetodissa tanssin askeleilla tai kuvioilla ei ole merkitystä. Ajatuksena on se, että jokainen osaa tanssia, jokainen voi onnistua eikä ole vain yhtä oikeaa tapaa tanssia eikä sitä, miten liike suoritetaan (Anttila 2013, 52–53).

Jokaisella on oma mielikuvansa siitä, miltä oma tanssi näyttää. Se, miltä tanssin näyttää todellisuudessa, voi erota omasta mielikuvasta. Peili on yksi keino nähdä omaa tanssia ja sitä miltä se vaikuttaa. Toinen oman tanssin analysointiin sopiva keino on kuvata osallistujien tanssia ja katsoa, miltä se näyttää videolta. Koehenkilöille oman tanssin kuvaaminen ja analysointi oli uusi kokemus. Tällainen menetelmä on mahdollinen pienemmissä ryhmissä, isossa ryhmässä tällainen on haastavaa.

Parityöskentelyharjoitteiden ajatuksena oli vienti ja seuraaminen rooleja vaihtamalla. Tavoitteena oli oppia kuuntelemaan paria, musiikkia ja sitä, miltä liike tuntui. Parityöskentelyharjoitteita olivat lattialla istuminen selät vastakkain, seisaaltaan peiliharjoite lisäten tasoja ja liikkuvuutta sekä kuljetusharjoite. Selän tuntemisharjoitteessa haetaan selkien väliin erilaisia tuntemuksia: kevyt ja pitkä kosketus, lyhyt ja voimakas kosketus. (Kontturi-Paasikko 2012, 49.) Tässä harjoitteessa istutaan lattialla alustoilla selät vastakkain. Päätetään viejä, joka vie liikettä, kun vastaavasti toinen mukailee liikettä. Harjoitteessa haetaan yhteistä tuntumaa selän kautta.

Seisaaltaan tapahtuvassa peiliharjoitteessa selkä on osana liikkeen aloitusta ja kädet jatkavat liikettä. Harjoitteessa peilataan toisen liikettä. Harjoite alkaa päättämällä, kumpi osallistuja on ensimmäiseksi viejä. Viejä aloittaa ja seuraajana toimiva osallistuja seuraa liikettä. Peiliharjoit-

teessa ei olla kontaktiotteessa, vaan kädet ovat noin 5 senttimetrin päässä toisistaan. Peiliharjoite tehdään paikoillaan tai liikettä voidaan laajentaa käyttämällä eri tasoja. Tasot voivat olla paikoillaan tehtyjä alhaalla, ylhäällä tai sivulla eri nopeuksia käyttäen. Tähän voidaan yhdistää mukaan myös askeleita.

Kolmas parityöskentelyharjoite, jota kokeilimme, oli kuljetusharjoite. Kuljetusharjoitteessa kuljetaan paria eri suuntiin. Onnistuakseen viejällä on oltava liikkeessä selkeä suuntaaminen ja seuraajalla liikkeen jatkaminen. Tavoite harjoitteessa on auttaa molempia ymmärtämään vientiin ja seuraamiseen tarvittavan fyysisen kontaktin vähyys, joka korostaa aktiivisen läsnäolon tärkeyttä onnistuessaan (Kontturi-Paasikko 2012, 49). Harjoitteet löytyvät Liisa Kontturi-Paasikon kirjasta Parin kanssa paremmin. Tässä kirjassa on myös harjoitteisiin variaatioita.

3.5 Tulokset

Tutkimusaineisto, josta tulokset analysoitiin, koostui tunneilla tehdyistä havainnoista, kyselyistä sekä haastatteluista. Havainnoja kirjattiin muistiin käytännön toteutuksen aikana sekä lisäksi tunnit videoitiin. Tutkimusaineiston materiaali lajiteltiin eri aihe alueisiin. Tutkimusmateriaalia oli paljon. Aineiston rajaaminen helpotti aineiston käsittelyä. Tulokset jaettiin opettajan havaintoihin ja oppilaiden mielipiteisiin ja kokemuksiin.

Opettajan havainnot perustuvat kurssin tunneilla tehtyihin harjoitteisiin ja toimintaan:

- Miten osallistujat ottivat vastaan annetut tehtävät, oliko oppimista tapahtunut?
- Mitä osallistuja oli oppinut?
- Liittyikö oppiminen tanssitekniikkaan, rytmiin, peruskuvioihin vai musiikkiin?
- Miltä oppiminen näytti?
- Oivalsiko osallistuja annetun tehtävän?
- Toistiko hän tehtävän vain toisten perässä?

Osallistujat kertoivat haastatteluissa, miten he olivat kokeneet tai oppineet opeteltavia teemoja kauden aikana. Tämän lisäksi analysoitiin kyselylomake, joka toteutettiin kesken opetuskautta. Haastattelun ja kyselylomakkeen tuloksista analysoitiin osallistujien kokemuksia oppimisesta, tanssitekniikasta, parityöskentelystä, parin kanssa tanssimisesta sekä musiikista ja musiikin tul-

kinnasta. Päätelmissä käydään läpi, mihin lopputuloksiin tutkimuksessa on päädytty sekä nivotaan yhteen tieto saadusta aineistosta.

4 TULOKSET

Tuloksien analysoinnissa käyn alussa läpi miesten oppimisprosessin kehitystä. Käsittelen myös sitä taidollista kehitystä, mitä tutkimuksen aikana on tapahtunut tai ei ole tapahtunut. Havainnoin myös musiikillista ja kokemuksellista kehitystä. Koehenkilöiden mielipiteitä havainnoin myös oppimisen kokemuksena. Tuloksissa on myös mielipiteitä siitä, miten kurssi koettiin sekä tietoa kurssin toiminnasta ja harjoitteista.

4.1 Miesten oppimisprosessin kehitys

Tutkimuksen aikana oppimisprosessissa oli havaittavissa kehitystä monella eri osa-alueella. Kehitystä oli havaittavissa taidollisella tasolla jokaisen koehenkilön lähtötilanteesta katsottuna. Yhtä tanssilajia opeteltiin kaksi tai kolme kertaa. Tanssilajin oppimiseen ja sen kehittämiseen aika on rajallinen. Tämä näkyy osallistujien kehityksessä pieninä etenemisinä. Jos samaa lajia olisi harjoiteltu pitempi jakso kerrallaan, oppiminen yhdessä lajissa olisi todennäköisesti ollut vahvempi.

Musiikillinen kehitys ja rytmillinen kehitys ovat havaittavissa ulkoisesti sekä koehenkilöiden omina havaintoina oman tekemisen kehittymisestä. Rytmissä pysyminen ja rytmissä tanssimista harjoiteltiin joka lajissa. Rytmien kuuntelemista kehitetään joka tunnilla. Tämä näkyikin osallistujien kehityksessä tarkempana rytmiin tanssimisena ja tanssin rauhoittumisena. Musiikin tulkintaa oli mukana useammalla eri tanssilajitunnilla, joten myös musiikin tulkinta ja kuuleminen näkyivät kehityksenä.

Tanssillisen kehittymisen lisäksi kokemuksellinen kehittyminen ilmeni lisääntyneenä rohkeutena sekä varmuutena omasta tekemisestä. Rohkeus ilmeni myös uskalluksena kokeilla uusia harjoitteita kuten parityöskentelyä sekä musiikin tulkintaan heittäytymistä. Koehenkilöiden kehollinen tietoisuus lisääntyi. Pieni ryhmä antoi mahdollisuuden syvällisempään tutustumiseen lajinomaisessa tanssissa sekä oman kehonkäytön kehittämiseen. Kehollisessa tietoisuudessa oli yksilökohtaisia eroja, joten kehityskin oli yksilöllistä.

Kehollisuus ja tietoisuus omasta tekemisestä kasvoivat. Osallistujat jakautuivat niin, että osalla tanssin liike lähti keholähtöisesti. Muutama oli tanssitaidollisesti vasta aloittelija, eikä tanssin ke-

hollisuus ollut yhtä tiedostettua. Parityöskentelyharjoitteissa kehon käyttö korostui, kun käytössä ei ollut määriteltyjä askeleita tai kuvioita eikä niitä harjoitteesta riippuen ollut ollenkaan, joten keskittyminen keholla tekemiseen oli vahva. Tietous kehollisuudesta ja ajatuksia kehollisesta oppimisesta tuli kaikille jollain tasolla tietoisuuteen erilaisten harjoitteiden ja keskusteluiden perusteella.

Tutkimuksen edetessä rohkeus kysyä mieltä painavia kysymyksiä helpottui. Koehenkilöt uskalsivat helpommin kysyä ja myös kommentoida tanssiin liittyviä asioita. Tutkimuksessa oli osallistujia, jotka ovat arempia puhumaan. Ryhmäkeskustelutilanteissa aremmat osallistujat vastasivat kysymyksiin kysyttäessä, mutta eivät välttämättä itse kysyneet. Yksilöllisen palautteen aikana ujommat henkilöt osallistuivat aktiivisemmin palautekeskusteluun ja he myös osasivat analysoida omaa tekemistään tanssissa.

Taidollinen kehitys

Koehenkilöiden tanssitaidollinen kehitys ilmeni monella tavalla. Tanssi kehittyi lajille ominaisesti eri tanssilajeissa. Koehenkilöillä oli aiempaa tanssitaustaa ja totuttuun tapaan verrattuna toisenlainen opettelu oli oma prosessinsa. Kehittyminen oli selkeämpää sellaisissa tanssilajeissa, joita osallistujat eivät osanneet tai, jotka olivat heikompia. Tutkimuksessa oli lajeja, kuten humppa ja jenkka, joiden tanssimisesta oli osalla aikaa tai jotka olivat kokonaan uusia lajeja. Näissä lajeissa muutos tanssissa näkyi tunnin edetessä ja, -kehitys oli selkeää. Ensimmäinen tunti opeteltavan tanssilajin parissa oli sellainen, jossa tanssilajin perusteita käytiin läpi. Tämän tunnin tanssillinen toiminta oli selkeästi opeteltavaan asiaan tutustumista. Toisen lajitunnin kohdalla kehitys näkyi edellistä tuntia selvemmin. Osallistujissa oli myös henkilöitä, joilla kehitys tunnin aikana näkyi, mutta seuraavalla viikolla osa edellisviikon taidoista oli jo unohtunut. Kehitystä kuitenkin tapahtui.

Kurssilaisilla oli taustalla opittuna tanssikuvioita, joita tehdään paikallaan. Tunnilla käytiin läpi peruskuvioita, jotka liikkuvat eteenpäin ja samalla ne toivat etenevyyttä tanssiin. Samasta kuvios- ta olemassa ollut versio, joka eteni enemmän tai vähemmän, sai aikaan tarkentavia kysymyksiä ja ihmetystä. Tämä näkyi myös tanssissa ja kehityksessä. Kuviot onnistuivat, kun niitä käytiin läpi opettajan johdolla. Vapaassa harjoittelussa juuri opeteltu ja vanhastaan opittu menivät välillä sekaisin. Osallistujat pystyivät muokkaamaan omaa tekemistään palautteen perusteella. Oman tanssin analysointi kehittyi. Tämä näkyi osallistujan havaitessa itse, tanssiiko hän annetulla taval- la. Osallistujien havainnot oman tanssin sujumisesta vaihtelivat. Opetustilanteessa oli hyvä, että kehitettiin käsillä olevan opetuksen aihetta. Tunneilla esille tulleet eri kuviovariaatiot olivat osall- istujille käytännössä käyttökelpoisia erilaisiin tilanteisiin. Tunnilla opeteltujen kuviovariaatioiden tai

uuden kuvion oppimisen onnistuminen vaihteli riippuen käydyn kuvion haasteellisuudesta. Tämä näkyi osallistujien kehityksessä. Suljetun otteen tansseista vasen käännös tuotti oikeaa käännöstä enemmän haasteita.

Perustanssitekniikka parani kaikilla, joten tietoisuus omasta tekemisestä lisääntyi. Eri tanssilajeissa kehittyminen vaihteli osallistujien kesken. Havaittavissa oli se, mitä lajeja tanssija oli harjoitellut ennen tutkimuskurssia. Vastaavasti vain vähän aikaa tanssineen osallistujan, kaikki tanssilajit kehittyivät harjoituskokemuksen lisääntyessä. Koehenkilöt, joilla oli joihinkin tanssilajeihin oma perusaskelvariaatio, saivat selkeyttä tanssiin ja kuvioihin. Esimerkiksi oppija, joka oli tanssinut 52 vuotta omalla tyylillään soveltaen musiikkiin omia askeleita, koki saaneensa kurssista oikeat askeleet ja kuviot. Hänen tanssinsa kehittyi ja hän pystyi tanssimaan aiempaa enemmän opetuilla askeleilla ja kuvioilla. Ajoittain tanssi palasi aiemmin vahvana olleeseen omaan tanssityyliin. Enemmän tanssia harrastaneilla laajempi kehittyminen liittyi heikkona koettuihin lajeihin tai tanssitekniikan yksityiskohtiin. Vastaavasti osallistuja jonka tanssitaival oli vasta alussa, kehittyi perustanssitaidoiltaan huomattavasti. Rytmien hahmottaminen parani ja perustekniikka ja -kuviot selkiytyivät.

Musiikillinen kehitys

Tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden musiikillista kehitystä ilmeni useammalla eri tavalla. Musiikin rytmin kuuleminen selkiintyi ja se oli tarkempaa. Musiikin rytmiin liikkuminen oli parempaa ja musiikkiin liikkeelle lähtö kehittyi. Rytmien kuuleminen ja musiikin rytmiin tanssiminen oli osalle helppoa ja osalle nämä tuottivat enemmän vaikeuksia. Vaihtelin tietoisesti tuntien aikana musiikin päälle rytmin hokemisen määrää koska tavoitteena oli, kehittää oppijoiden omaa musiikista rytmin kuulemisen taitoa. Musiikin rytmin päälle hokemisen määrä herätti oppijoissa keskustelua. Yksi osallistuja koki että, hokemista olisi hyvä olla enemmän, jotta oppija voi tukeutua siihen. Osa osallistujista koki, että oli hyvä saada alussa tukea rytmin kuulemiseen opettajalta. Tarvittaessa opettaja hoki kesken kappaleen rytmiä, jotta rytmistä tippuneet saivat uudestaan kiinni musiikista.

Myös musiikin tulkintaa eri tanssilajeissa harjoiteltiin. Musiikin eri osioiden kuulemista, ja siihen reagoimista harjoiteltiin useammassa eri tanssilajissa. Toisto eri tanssilajien musiikinrakenteiden kuulemisessa vahvisti selkeästi kuulemista. Koehenkilöistä osa kehittyi kuulemaan musiikissa olevia vaihteluita itsenäisesti. Muutamalla osallistujalla reagoiminen onnistui ohjeistetusti ja reagoiminen musiikkiin omasta kuulemisesta oli vaihtelevaa ja viiveellistä. Näiden harjoitusten avulla

ja ohjeistuksella siitä, että musiikkiin voi heittäytyä ja antaa musiikin tuoda tanssiin ilmettä, osallistujien musiikin tulkinta ja tunnelmaan heittäytyminen saivat suurimmalla osalla aikaiseksi oivalluksen ja sysäyksen kehittymiseen.

Kokemuksellinen kehitys

Koehenkilöt saivat kurssin aikana mahdollisuuden kokea erilaisilla tavoilla opeteltavia aiheita. Alkujännityksen lauetta tanssi oli rennompaa ja sujuvampaa. Varmuus omasta tekemisestä kasvoi ja vartalon käyttö tanssissa muuttui. Tutkimuksen aineiston keruun ansiosta tunnit tallennettiin videoimalla. Tunnin videointi voi olla jännitystä aiheuttava tekijä. Melkein jokaisen tunnin videointi toi mukanaan videokameran läsnäolon unohtamisen kauden edetessä.

Keskittymisen mahdollisuus vain omaan tanssiin, tekniikkaan ja kuvioihin antoi jo itsessään osallistujille kokemuksen. Samalla tanssiin tuli varmuutta ja tämä toi mahdollisuuden heittäytymiseen ja musiikin tulkitsemiseen. Oman tanssin videointi ja sen analysoiminen oli osallistujille, joko uutta tai harvinaista. Tämä kokemus oli selkeästi vieras ajatus. Innostus katsoa omaa tanssia videolta vaihteli.

Tutkimuksen yhtenä osana oli parityöskentely ja aiheena oli vienti ja seuraaminen. Parityöskentelyssä olikin mielenkiintoista havaita se seikka, että kurssin alussa miehiä osallistui enemmän mitä loppuun asti oli mukana. Luonnollista on, että joku jää pois syksyn edetessä erilaisten esteiden myötä. Alkuvaiheessa kurssia ennen, kuin aloin kerätä tutkimusaineistoa kuvaamalla tunteja, pidin tunnin, jossa yhtenä osana tuntia oli vartalon käyttö ja tanssiasennot. Tehtävänä oli parityöskentely, jossa haetaan hartioiden rentouttamista ohjeistetusti. Seuraavalla kerralla osa nuoremista kurssilla kävijöistä oli jäänyt pois. Osallistujat, jotka tässä vaiheessa jatkoivat, kävivät kurssilla loppuun asti ja ovat tutkimuksessa kertomassa kokemuksistaan. Tutkimuksen loppuvaiheessa oli vientiin ja seuraamiseen liittyvä tunti, johon oli liitettynä mukaan pari parityöskentelyharjoitetta. Heittäytyminen musiikintulkintaan antoi rohkeutta ja varmuutta lähteä kokeilemaan parityöskentelyharjoitteissa erilaisia versioita. Koehenkilöiden liikkeet ja olemus kertoivat, missä vaiheessa kukakin oivalsi harjoitteen syvyyden ja lähti kokeilemaan ja toteuttamaan erilaisia mieleen juolahtavia aiheita soivaan musiikkiin. Tunti olikin kokemuksena hyvä, ja jokainen tunnille osallistunut lähti kokeilemaan annettuja tehtäviä. Oivallukset näkyivät osallistujissa.

4.2 Koehenkilöiden kokemuksia oppimisestaan

Osallistujien kokemukset muodostuvat seuraavista eri aihealueista: tanssi, oppiminen sekä parin kanssa tanssiminen. Tähän kappaleeseen on koottu kyselystä ja haastattelusta saatuja kokemuksia, sekä osa osallistujien kertomista kokemuksista tunneilta. Kokemuksissa on poimittu tätä tutkimusta koskevia kommentteja (suorat lainaukset osoitettu lainausmerkein) ja niihin on lisätty opettajan havaintoja tai kommentteja siitä, minkälaiseen aiheeseen kommentit liittyvät. Osallistujien joukossa oli joitakin henkilöitä, jotka olivat tottuneet analysoimaan omaa tekemistään ja kehittymistään. He olivat myös aktiivisempia keskustelemaan ja pohtimaan tanssin aiheita. Koska mukana oli myös hiljaisempia ja arempia puhumaan, tutkimuksen keskivaiheilla oli mahdollisuus kirjalliseen palautteeseen siihen mennessä opitusta ja koetusta asioista. Jokainen osallistuja osallistui omalla tavallaan.

Tanssi

”Tanssi on muutakin kuin vain kuvioita.” On hyvä kokemus ja havainto, että tanssiin kuuluu kuvioiden lisäksi monta muutakin aihealuetta, joita voi opetella. Tunneilla käytiin lajiin liittyvää perusteekniikkaa peruskuvioiden lisäksi sekä tutustuttiin musiikin tulkintaan.

”Tanssirytmien selkiytyminen, hätäileminen on vähentynyt.” Askeliin ja vartalon käyttöön on tullut varmuutta ja tämä myös näkyy koehenkilöiden tanssissa ja olemuksessa. Varmuuden myötä rytmisissä tarkemmin tanssiminen toi tanssiin rauhallisuutta. Hätäileminen ja hienoinen rytmin edistäminen väheni huomattavasti.

”Musiikintulkinta oli parasta ja paras oivallus. Parhaat oivallukset kurssin aikana tulivatkin musiikkiin liittyen tai ne jäivät ainakin mieleen. Musiikintulkintaa on jo aiemminkin tullut kursseilla esille, opeteltavaa kuitenkin riittää.” Musiikintulkinta on aihe, josta on opeteltavaa, ja kehittyminen on yksilöllistä. Musiikissa on kappaleita, joista on helppo kuulla eri elementtejä ja vivahteita ja toiset kappaleet voivat olla huomattavasti haastavampia.

”Saman kappaleen useamman kerran kuuleminen auttoi oppimaan ja opettajan ohjeistus fraasien vaihtumisesta auttoivat kuulemaan musiikista fraaseja.” Kuuntelemaan opettelu ja kuuntelukertojen toistot auttavat oppimaan. Myös kappaleen tutuksi tuleminen auttaa hahmottamaan, mitä kappaleesta voi tulkita.

Tanssittava musiikki herätti keskustelua, mutta ei liittynyt kursseilla soitettavaan musiikkiin, vaan musiikkiin yleensä. Osa kappaleista koetaan selkeiksi ja musiikkiin on helppo tanssia. Kappaleista osa puuroutuu eikä niiden rytmistä saa kunnolla selvää. Tämä koetaan kappalekohtaiseksi. Kun kappaleessa on hyvä poljento, siihen on hyvä tanssia. Osa kappaleista koetaan myös vaikeina tanssia. Lyömäsoittimien kuuntelu koetaan paljon helpommaksi. Kappaleet, joissa puuttuvat bassot ja rummut, koetaan haastavina. Kappaleet, jotka ovat instrumentaalisia eri soittimilla soitettuina, tuottavat myös haasteita.

”Heittäytyminen, täytyy antaa vain musiikin viedä.” Oivallus ja uskaltaminen lähteä heittäytymään tanssissa toivat oivaltaneille osallistujille aivan uuden ulottuvuuden tanssiin. Oivallus sai uuden tanssin tason avautumisen esiin osallistujissa, ja innostus omasta oppimisesta näkyi monin eri tavoin tanssin liikkeessä sekä myös osallistujien omissa kommentteissaan.

Oppiminen

”Saa harjoitella yksin.” Tutkimuksessa mukana olleet koehenkilöt kokivat hyvänä asiana sen, että saivat saada keskittyä vain omaan tekemiseen ja toimintaan. Yksin tanssiminen on vahvistanut pohjaa tanssista.

”Olisi kysymys.” Pienessä ryhmässä on helpompi kysyä mieltä painaneita kysymyksiä ja tätä tutkimuksen aikana hyvin myös hyödynnettiin. Kysymykset liittyivät tanssiin ja opeteltavaan aiheeseen. Mukana oli myös kysymyksiä, jotka olivat jääneet mietityttämään jollain toisen opettajan tunnilla. Kysymyksiä tuli välillä jopa siihen tahtiin, että osa tutkimukseen osallistuneista koki tämän häiritsevän tunnin etenemistä.

”Oppiminen on hidasta, tosin aikaahan on.” Osallistuja oli eläkkeellä. Tähän kokemukseen samaistui useampi osallistuja. Jotkut olivat sitä mieltä, että oppiminen oli hidastunut iän myötä tai se oli aina ollut hidasta. Eräs osallistuja totesi, että tanssin oppiminen oli jäänyt myöhemmälle iälle. Hän oli osallistuja, jonka tanssin opettelu oli vasta alkanut eikä taustalla ollut vanhoja tanssitottumuksia vaikuttamassa uuden opetteluun. Yksi osallistujista kirjoitti seuraavasti: ”Nuorena olin kehollisesti jäykkä ja vasta vanhempana olen saanut kehon liikkumaan. Kun keho on liikkuvampi, oppiminen tapahtuu sitä kautta nopeammin”. Samalla hän totesi tanssinharjoitteluun ja liikkuvuuteen liittyvän osuvan havainnon: ”Oman keskikehon hallinta ja liike laajuuksien löytäminen on pitkän työn tulos ja on vaatinut muutakin kuin vain tanssiliikkeitä.” Tässä on hyvä havaita, miten

eri tavalla jokainen kokee oman oppimisensa tanssin saralla. Osallistujilla, jotka tunsivat että oppivat hitaasti, myös tapahtui oppimista.

Parityöskentelyharjoitteissa koehenkilöitä ei häirinnyt se, että harjoitteen toinen osapuoli oli samaa sukupuolta. Kurssien edetessä ja ryhmien toimivuutta ja yhteishenkeä havainnoidessa päädyin toteuttamaan parityöskentelytunnit molemmille kursseille. Parityöskentelyn alkuvaihe oli haastava, kun ajatuksen idean oivalsi, tekeminen muuttui kokeilevammaksi ja monipuolisemmaksi. Tämä oivallus tuli esille parityöskentelyharjoitteiden jälkeisessä keskustelussa. Harjoitusten edetessä oivalluksien syntymisen havaitsi selkeästi siinä, kuinka osallistujien tekeminen ja olemus muuttuivat. Parityöskentelyharjoitteista oli myös sellaista kokemusta, joka vaikutti vientiin ja seuraamiseen. ”Vasteen tuntuma parani”. Kuljetusharjoitteessa oli tavoite tunnustella vientiin ja seuraamiseen liittyvää vastetuntumaa. Kolmas osallistuja kertoi kokemuksia siitä, miten liikkeen oppi tuntemaan, miten tunsu toisen tekemän liikkeen suunnan sekä oppi kuuntelemaan toisen liikettä. Havainnot ja kokemukset olivat oivaltavia, koska juuri näitä harjoitteilla haluttiin löytää sekä herätellä kokeilemaan ja havainnoimaan. Mukana oli myös osallistuja, joka ei kokenut parityöskentelyharjoitteita hyödyllisiksi.

”Vientiä ja seuraamista tässä ei pysty harjoittelemaan.” Suurimmaksi osaksi harjoitteet tehtiin yksin, parityöskentelyharjoitteita lukuun ottamatta. On totta, että yksin harjoitellessa tanssia ei samalla tavalla pysty tekemään vientiin ja seuraamiseen liittyviä aiheita. Oman tekemisen vahvistaminen tanssissa antaa varmuutta ja selkeyttä omaan tanssiin. Selkeys omassa tanssissa helpottaa myös viemistä parin kanssa tanssiessa.

Parin kanssa tanssiminen

Tutkimukseen osallistuneista kaikki yhtä osallistujaa lukuun ottamatta olivat osallistuneet kurssikauden aikana myös kursseille, joilla tanssitaan parin kanssa. Tämän kurssin tarkoitus oli tukea parin kanssa tanssimista ja olikin hyvä tietää osallistujien osallistuneen paritanssikurssille tai muutoin heidän tanssimisestaan parin kanssa. Parin kanssa tanssiminen oli selkeästi parempaa ja varmempaa tanssia. Rohkeus kasvoi, itsevarmuus koheni sekä tanssi parani.

Osallistujan pari oli kertonut jotain tapahtuneen parin yhteisessä tanssissa. Rytmissä pysyminen oli selkiytynyt. Pääsimme tässä juuri siihen tilanteeseen, jota olin toivonut: osallistujien tanssin kehityksessä tapahtuvan eli siihen, että oman tanssin paraneminen helpottaa parin kanssa tanssimista.

Vasta-alkajan oma tavoite oli kehittyä taidollisesti sen verran, että hän uskalsi lähteä tanssimaan tanssilavoille. Hän oli muutaman kerran ovella seurannut lavatanssin alkeet -tunnin tilannetta rohkenematta kuitenkaan liittyä joukkoon. Lavatanssin alkeet -tunti oli soolotunnin jälkeen.

4.3 Koehenkilöiden kokemuksia kursseista ja sisällöstä

Kurssi oli suunnattu vain tietylle ryhmälle, tässä tapauksessa vain miehille. Kursseille osallistumiseen tämä voi vaikuttaa helpottavana tai haastavana tekijänä. Osallistujat kokivat tällaiselle kurssille osallistumisen helpoksi. Kurssikuvaus toiseen miehille tarkoitettuun tanssikurssiin oli herättänyt kuitenkin mietteitä siitä, minkä tasoille kurssi oli suunnattu. Toisessa miehille suunnatun tanssikurssin kurssikuvauksessa ei tarkoituksellisesti ollut tasovaatimusta. Tutkimuksessa osallistujien mielipiteitä erilaisiin tilanteisiin tuli esille erilaisin tavoin. Joidenkin harjoitteiden jälkeen saati olla vapaata keskustelua siitä, miten harjoite oli koettu. Tunneille osallistuneiden välillä oli alkujännityksen jälkeen hyvinkin aktiivisia keskusteluja syntyneistä oivalluksista. Myös mieltä painaneisiin kysymyksiin uskallettiin tarttua tuntien aikana.

Pohdintaa herätti kurssille osallistuneiden ikäjakauma ja se, mikä saa osallistumaan kurssille. Miksi halutaan oppia lisää, on varmasti tyyppi- ja innokkuuskysymys. Pienessä ryhmässä saa yksilöllistä palautetta.

Sisältö

Alkulämmittely koettiin hyväksi tunnin aloitukseksi. Silloin kun alkulämmittelyä ei ollut, tanssi tuntui paljon kankeammalta. Lämmittelyliikkeistä osa oli yleisesti lämmittelyliikkeitä, kuten vartalon rullaukset. Käytössä oli myös lajinomaisia lämmittelyliikkeitä, kuten isolaatiot, ja vartaloa avaavia liikkeitä. Alkulämmittelyliikkeissä kaivattiin välillä vielä yksityiskohtaisemmin tarkennettua lämmittelyä.

Tanssikuviosarjojen käyttö harjoittelussa jakoi mielipiteitä. Osallistujilla oli mielipiteitä siitä, että tämä on vapaata tanssia eikä kuviosarjoja tarvitse olla ja että kuviosarjoja oli tutkimuksessa sopivasti. Vastaavasti oli myös sellainen mielipide, että kuviosarjoja saisi olla enemmän helpottamassa tanssia.

Tanssitunneilla tanssia opeteltiin erilaisten harjoitteiden avulla. Harjoitteiden opetus vaihteli lyhyestä ja ytimekkäästä opetuksesta tarkempaan ja hitaampaan opettelemiseen. Opetuksen ajatuk-
sena oli käyttää erilaisia opetus näkökulmia ja näin auttaa erilaisia oppijoita. Opetusmateriaalin
läpikäymisessä vaihtelevuus koettiin hyväksi niin, etteivät aina kaikki harjoitteet olleet samanlaisia
ja tasaisia.

Tanssin videoiminen ja oman tanssin katsominen ja analysointi olivat osallistujille uusi kokemus.
Tällaisen hyödyllisyys kyllä tiedostettiin, mutta videolta oman tanssin analysoiminen oli vierasta
eikä omasta tanssista osannut sanoa, oliko kehitystä tapahtunut. Tässä on oman oppimisen kan-
nalta selkeästi sellainen aihealue, jonka käyttöä olisi hyvä tulevaisuudessa lisätä, varsinkin pie-
nempien ryhmien kohdalla. Video näyttää oman tanssin sellaisena kuin se toisille näkyy ja tämä
on yksi palautteenantomuoto.

Osallistujien pohdintaa oli musiikista ja siitä, millaista sen olisi hyvä olla. Osallistujat kokivat, että
tunnilla soitettut kappaleet olivat selkeitä. Opetuskappaleisiin oli helppo tanssia. Tunnilla käytetty
musiikki pyrittiin valitsemaan selkeäksi ja opetettavan aiheen mukaiseksi.

Suurimmaksi osaksi osallistujat pitivät parityöskentelyharjoitteita hyvänä ja opettavaisena koke-
muksena. Harjoitteet tuntuivat alussa haastavilta, varsinkin seuraaminen. Oman mielikuvituksen
käyttäminen oli alussa haastavaa. Parityöskentelyharjoitteissa käytetty aika oli rajallinen ja osa
koehenkilöistä jäi kaipaamaan tiettyyn lajiin sitoutuneita tietyillä tanssisarjoilla toteutettavaa pari-
työskentelyä.

Jatkumo

Kursseille kaivattiin jatkumoa. Tästä keskusteltiin useamman kerran pitkin kautta sekä myös ai-
van kauden lopussa. Kurssit eivät jatkuneet pienen osallistujamäärän takia. Lisäksi kurssilaiset
ehdottivat vastaavan kurssin toteuttamista naisille.

4.4 Päätelmät

Tutkimukseen kokonaisuudessaan osallistui pieni osallistujamäärä. Osallistujat olivat iältään 56–
72 vuotiaita. Nuorempien tanssista kiinnostuneiden ja oman tanssin kehittämisestä kiinnostuneiden
kokemuksia ei tällä kertaa tähän tutkimukseen saatu. Oman tanssin kehittämiseen liittyviä

kokemuksia ja kehollista tietoisuutta voidaan kuitenkin analysointia. Tulosten oikeellisuutta ja yleistettävyyttä voi pohtia osallistujien vähäisen määrän perusteella. Saatujen tulosten perusteella tulen siihen päätelmään, että on olemassa ihmisiä, tässä tutkimuksessa miehiä, jotka ovat kiinnostuneet tällaisista kursseista. Olisihan voinut käydä niin, että kurssille ei olisi tullut yhtään osallistujaa. Laajempi osallistujamäärä olisi tuonut erilaisen otannan.

Käytännön toteutuksena toteutui tanssikurssi. Tutkimuksessa, oli samalla tarkoitus testata kurssin toimivuutta sekä sitä, miten kurssi otetaan vastaan, miten siinä olleet harjoitteet tai toimintatavat toimivat. Positiivisen palautteen perusteella koettiin kurssin toiminta, harjoitteet ja kokemukset hyödyllisenä osana omaa kehitystä tanssin oppimisessa ja kokemisessa. Tästä voidaan päätellä, että osallistujat ovat kiinnostuneita kursseista, joilla voi kehittää omaa tanssitaitoaan.

Osallistujien kiinnostus kehittää tanssiaan ja halua syventää jo opittuja taitoja näkyi selkeästi. Myönteinen suhtautuminen omaan oppimiseen ja oppimistahtiin edesauttoi oppimista. Tanssitaidon kehittyminen tanssiteknillisesti toi varmuutta ja rohkeutta tanssiin. Varmuus omasta osaamisesta rauhoitti tanssia ja tanssiminen oli paremmin musiikin rytmissä. Parin kanssa tanssiminen oli kehittynyt. Luku 2.1 tukeekin tätä huomiota.

Osallistujat kokivat musiikin ja musiikkiin tanssimisen yhtenä mieleen jääneenä osana kursseja. Osallistujien aiemmat musiikintulkintakokemukset olivat keskustelujen pohjalta vähäistä. Syksyn aikana oli mahdollista useammalla eri kurssin tunnilla syventää musiikintulkinnallista -kuuntelun taitoa. Musiikin-tulkinta ja siihen heittäytyminen olivat osallistujille mielenkiintoista oppimista, ja samalla se koettiin myös haastavaksi. Päätelen tämän olevan tanssin oppimisessa teema joka vaatii paljon harjoittelua sekä herkistymistä kuulemaan musiikilliset vaihtelut. 2.3 luvussa olevien kokemusten perusteella musiikkiin tanssimisen ja tanssitaidon kehittyminen ovat yksilöllisiä.

Osallistujien rytmiin tanssiminen kehittyi ja tarkentui kurssien aikana. Kun oman tanssimisen varmuus kasvoi, rauhoittui musiikin rytmiin tanssiminen ja hätäilemällä otetuista askeleista johtunut eturytmyisyys väheni. Myös musiikin rytmin kuuleminen ja musiikin rytmiin liikkeelle lähteminen helpottui. Päätelmäni on keskusteluissa ilmenneen palautteen sekä tunneilla tapahtuneiden havaintojen perusteella se, että opettajalla onkin hyvä olla herkkyyttä seurata, miten oppilaat pysyvät musiikin rytmissä ja kaipaavatko he apua rytmissä pysymiseen vai haluavatko selvittää itse pysähtymällä ja ottamalla rytmistä uudelleen kiinni.

Jotta tanssimisesta toisen ihmisen kanssa voisi syntyä miellyttävä kokemus, on kummankin parista uskallettava heittäytyä tilanteeseen aidosti. Luvussa 2.3. aiheesta käydään läpi osana koke-
musta. Heittäytymisen haastavuuden osallistujatkin huomasivat omassa tanssissaan. Oivallettu-
aan heittäytymisen tanssin olemus muuttui huomattavasti. Parityöskentelyyn liittyvät vienti ja seu-
raaminen -harjoitteet antoivat mahdollisuuden kokeilla heittäytymistä, toisen kuuntelemista sekä
liikkeen tuntemista. Tanssin opettamisessa huomio kiinnittyi helposti askeliin ja kuvioihin, mikä on
myös tärkeä asia. Näiden kokemusten perusteella päädyin pohtimaan, olisiko heittäytymiseen ja
kokeilemiseen liittyvien harjoitteiden lisääminen nykyistä suuremmaksi osaksi tanssitunteja tans-
sijoita kehittävä aihe.

Kurssilaisten palautteen perusteella paritanssin opettelemiseen kaivattiin erikseen miehille ja
naisille suunnattuja kursseja, joissa opetellaan paritanssin eri elementtejä yksin tanssien. Palau-
tetta tuli kurssien jatkuvuudesta useammalta osallistujalta toistuvasti pitkin kautta ja kauden lo-
pussa. Positiiviset kokemukset kurssista näkyivät osallistujien tanssissa sekä kokemuksiin liitty-
vissä keskusteluissa. Palautteen perusteella miehet kokivat, että tällä teemalla sovellettuna kurs-
sia kaivattaisiin myös naisille. Päädyn siihen päätelmään, että toivotaan tulevaisuudessa kysyn-
nän kasvavan ja tanssikentän aktivoituvan tässä asiassa.

5 POHDINTA

Työni tavoitteena oli tutkia miehille suunnatun sooloparitanssinopetuksen merkitystä. Tavoite oli saada selville, onko tällaiselle tuotteelle kysyntää ja tarvetta. Halusin myös saada selville, miten tällainen kurssi otetaan vastaan. Oppivatko osallistujat tekemällä yksin eri tanssin elementtejä. Käytännössä tutkimus toteutettiin tanssikursseilla miehille. Kursseilla tein havaintoja oppimisesta, osallistujista ja kurssin toiminnoista. Tutkimukseen kuului yhtenä osana mukaan kysely ja haastattelu. Kurssit toteutuivat muutaman osallistujan voimin.

Osallistujat kehittivät tanssitaidoissaan, tekniikka parani, rytmi ja kuviot selkiytyivät sekä musiikin tulkinta tuli paremmin tietoisuuteen ja oli selkeämpää musiikintulkintaa. Heittäytyminen mukaan erilaisiin harjoitteisiin oli positiivista ja parityöskentelyharjoitteet kauden alussa mietityttivät, voiko niitä lähteä ollenkaan toteuttamaan. Parityöskentelyharjoitteiden kanssa on opettajana tunnus-teltava ryhmän yhteistyöhalukkuutta.

Tavoitteeni ylittyivät, koska olin ajatellut saavani kokemuksia osallistujien oppimisesta ja siitä, mitä mieltä tällaisesta kurssista ollaan: kannattiko tunneille lähteä mukaan. Osallistujien kehoillisuus ja kehotietouteen liittyvä kokemus oli positiivien yllätys. Saamani palautteen ja aiheesta syntyneiden keskustelujen perusteella olen tyytyväinen.

Tutkimuksen aikana vastaan tuli erilaisia haasteita. Haasteita tutkimuksessa tuotti tutkimukseen osallistuneiden ryhmän koko. Alun perin ajatuksena oli pitää, kaksi eri ryhmää, jolloin vain toisesta ryhmästä tehtäisiin tutkimus. Koska molemmat ryhmät olivat pieniä, päädyin tutkimaan samoja aiheita molemmista ryhmistä. Työmäärä hieman lisääntyi. Koehenkilöiden monitasoinen tanssitaitotaso muokkasi tuntien suunnittelua sekä toteutusta. Ajatus oli ryhmästä, jossa miehillä ei tarvitse olla pohjalla aikaisempaa tanssitaustaa ja liikkeelle lähdetään aivan alusta. Kurssi olisi tunti ennen paritanssikurssin alkeita ja tämä olisi pohjustava tunti miehille helpottamaan alkutaivalta tanssin parissa. Alun perin olin ajatellut, että voisin pitää myös kurssin, joka olisi paritanssin alkeet ja olisin voinut siellä tarkkailla vaikuttaako soolotunnilla opitut asiat. Tämä olisi ollut mielenkiintoinen toteuttaa ja analysoida sitä, muuttuko tanssi parin kassan tanssiessa ja minkä verran. Nyt minulla on osallistujien kokemuksia aiheesta sekä omat havainnot ja tarkkailu jäi tästä työstä pois. Analysoinnissa tutkimuskysymyksen muokkaantumisen myötä osa haastattelun ja kyselyn aineistosta rajautui pois. Jos tekisin haastattelun nyt uudestaan, muokkaisin osan kysymyksistä

toisin. Näkemykset ovat muotoutuneet ja ajattelu aiheesta laajentunut. Joihinkin aiheisiin olisin kaivannut lisää osallistujien kommentteja ja tämä ei onnistunut.

Tutkimus oli mielenkiintoista toteuttaa haasteista huolimatta. Toteutus antoi paljon osallistujille oppimisen, kokemuksen ja kehollisuuden kautta. Tämän prosessin aikana myös minulle opettajana tuli paljon oivalluksia ja kehityin matkan aikana. Tämä on matka, jonka toivon olevan alussa. Tutkimus oli sille alkusysäys. Aihetta voisi tutkia vielä pidemmällekin ja tähän liittyen tanssikentällä voisi järjestää teematunteja kysynnän mukaan. Ajatus vain miehille järjestettävistä tunneista tuntuu olevan tällä hetkellä hieman vieras.

Jatkossa tällaisen ryhmän voisi toteuttaa uudestaan. Tuntien ajankohta olisi hyvä miettiä tarkkaan se mikä olisi paras ajankohta saada kurssi kiinnostavimmaksi. Voisiko kurssi toimia paremmin niin, että samaan aikaan ei olisi muita paritanssikursseja ja toisessa salissa olisi naisille suunnattu tanssikurssi. Tällöin miesten tanssikurssi ei veisi miehiä pois paritanssitunnilta ja vastaavasti paritanssitunti ei veisi miehille suunnatulta kurssilta osallistujia. Kurssit voisi olla teemoitettua suunnaten tietyille taitotasolle tai esimerkiksi tekniikkatunniksi.

LÄHTEET

Anttila E. 2013. Koko koulu tanssii – Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia koulu yhteisössä. Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus. Tutkielma. Viitattu 1.4.2016, <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/42322/Acta_Scenica_37.pdf?sequence>.

Heikinaho-Noronson P. & Huovinen T. 2007. Näkökulmia pedagogiikkaan. Helsinki: Sanoma Pro.

Jaakkola T., Liukkonen J. ja Sääkslahti A. 2013. Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Kontturi-Paasikko, L. 2012. Parin kanssa paremmin. Sastamala: Tanssikoulu TanssinTahti.

Rinne N. 2010. Riemua tanssista –luovasti ikääntyen. Savonia-ammattikorkeakoulu. Tanssinopettajan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 17.3.2016, <<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/13273/noora%20ont2.pdf?sequence=1>>.

Siltanen A. 2008. ”Saa kuulostaa suht modernilta, vaikka se onki tanssimusiikkia” – tanssitietous tanssimuusikon apuvälineenä. Jyväskylän yliopisto. Musiikkikasvatus. Pro Gradu-tutkielma. Viitattu 3.4.2016, <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19016/URN_NBN_fi_jyu-200810205818.pdf?sequence=1>.

Uusitalo H. 1997. Tiede, tutkimus ja tutkielma. Helsinki: Sanoma Pro.